

FAIRE SA TRACE

Formation aux stratégies de gestion de groupes en progression hivernale

Ouvert à tous (adultes) : skieurs ou surfeurs de rando autonomes à l'exception du stage dans les Vosges qui est réservé aux raquetteurs.

Durée : 2 jours / 1 nuit

Encadrement : 1 guide pour 5 à 8 stagiaires

Prix non FFCAM : 199 €

Prix licencié FFCAM (*) : 180 €

() Une copie de votre CAF de l'année en cours devra être jointe à votre inscription.*

Vous pratiquez le ski de rando depuis quelques années et connaissez les bases de sécurité (nivologie, cartographie, DVA). L'ANENA et la FFCAM vous proposent d'approfondir, le temps d'un week end, tous les aspects de la progression hivernale : de la préparation de courses aux choix d'itinéraires et stratégies de gestion de groupe.

PROGRAMME

Au fil du stage : la construction du module se veut évolutive, le stagiaire occupant une place centrale.

Le premier jour est basé sur des ateliers de mises en situation (lecture des conditions et des pentes, choix de la trace...) où toutes les décisions sont partagées au sein du groupe. Un retour en salle permet de prolonger les apports de terrain : critères de décision, les postures de comportement...

Le deuxième jour, chaque stagiaire s'implique dans une préparation d'itinéraire et se trouve placé en situation de conduite du groupe. L'encadrant insistera sur les paramètres, en partie liés au groupe, qui vous permettent de répondre à la question, peut-on continuer ou doit-on renoncer ?

DEPARTS

ALPES DU NORD

- ISERE, Fond de France : 7 et 8 janvier 2012
- HAUTE-SAVOIE, Argentière : 17 et 18 décembre 2011, 21 et 22 janvier, 3 et 4 mars, 17 et 18 mars 2012
- SAVOIE, Seez : 28 et 29 janvier, 11 et 12 février 2012

ALPES DU SUD

- HAUTES-ALPES, Pelvoux : 21 et 22 janvier, 4 et 5 février, 18 et 19 février, 3 et 4 mars 2012
- ALPES MARITIMES : Estenc (06) : 14 et 15 janvier 2012

PYRENEES

- PYRENEES ORIENTALES, Puymorens : 21 et 22 janvier 2012
- HAUTES-PYRENEES, Gavarnie : 28 et 29 janvier, 4 et 5 février, 10 et 11 mars 2012

VOSGES « Spécial raquettes »

- Les Trois Fours : 28 et 29 janvier 2012

RENDEZ-VOUS

A 8 heures à l'hébergement correspondant à votre stage.

Si vous souhaitez arriver la veille, il vous appartient de réserver directement auprès du gîte concerné.



MATERIEL

Vêtements

Paires de gants (dont 1 paire de sous-gants), 1 bonnet, 1 sac à dos (35 à 45 litres) avec fixation pour les skis, 1 gourde ou 1 bouteille, 1 thermos, pull léger fibre polaire, veste en fourrure polaire épaisse, veste et pantalon en Gore-Tex ou similaire, lunettes de glacier, masque de ski, crème solaire, petite pharmacie personnelle (soins des pieds, maux de tête, troubles digestifs, ...), lampe frontale, 1 sac en drap.

Technique

Matériel de ski de randonnée (skis affûtés et fartés avec fixation de randonnée, chaussures de ski de randonnée, peaux autocollantes, couteaux à neige) DVA, sonde, pelle, carte TOP 25 du lieu de stage, un crayon...

FORMALITES – A APPORTER LE 1ER JOUR DU STAGE

Carte du CAF de l'année en cours ou attestation d'assurance en RC et frais de recherche.

CONDITIONS DE STAGE

Le prix comprend

L'hébergement, le repas du soir et le petit-déjeuner, l'encadrement par un guide de haute montagne et les supports de formation ANENA/FFCAM.

Le prix ne comprend pas

Les vivres de courses, les repas de midi, les boissons, les transferts sur place, les éventuelles remontées mécaniques.

RAPPEL DU NIVEAU

Les formations

Ces stages ont pour but d'approfondir les règles d'évolution en ski de randonnée (hors terrain glaciaire) et s'adressent à des randonneurs maîtrisant les bases de l'activité.

Après la révision de quelques fondamentaux (recherche DVA, observation du terrain), les guides ANENA/FFCAM vous donneront les clefs d'une gestion de sortie réussie.

IMPORTANT

Pour des raisons de sécurité et pour garantir un niveau homogène correspondant à celui annoncé, l'encadrement et l'organisation se réservent le droit d'interrompre la participation d'un stagiaire, si son niveau technique ou sa forme physique ne correspond pas à celui requis. En aucun cas cette interruption ne pourra donner lieu à un remboursement ou versement d'indemnités.

INSCRIPTIONS

Les inscriptions se font exclusivement en ligne via les pages dédiées sur les sites www.ffcaml.fr ou www.anena.org.

Renseignements :

FFCAM

Le Sarret - 05 340 PELVOUX

 : 04 92 44 07 48 - Courriel : mdlt@ffcaml.fr

INFORMATIONS PRATIQUES

ISERE : Gîte de la Martinette à Fond de France

38 580 La Ferrière

Tél : 04 76 45 08 17

Web : www.lamartinette.com

Courriel : la.martinette@wanadoo.fr

HAUTE-SAVOIE : Gîte de la Boerne

288 Trelechamps, 74400 Argentière

Tél : 04 50 54 05 14

Web : www.la-boerne.fr

Courriel : contact@la-boerne.fr

SAVOIE : Auberge de jeunesse de Séez

"La Verdache" , 73700 Séez

Tél : 04 79 41 01 93

Web : www.fuaj.org/Seez-Les-Arcs

Courriel : seez-les-arcs@fuaj.org

HAUTES-ALPES : Centre FFCAM l'Eychauda

Le Sarret , 05 320 Pelvoux

Tél : 04 92 23 49 51

Web : www.chaletleychauda.ffcam.fr

Courriel : caf-eychauda@ffcam.fr

ALPES MARITIMES : Refuge de la Cantonnière

Estenc, 06 470 Entraunes

Tél : 06 08 06 95 16 / 04 93 05 51 36

Web : www.refuge-cantonniere.fr

Courriel : info@refuge-cantonniere.fr

PYRENEES ORIENTALES : Gîte la Pastorale

Chez Pierre Enoff - 66760 Porta

Tel/Fax : 04 68 04 83 92

Web : [/www.pyrenees-pireneus.com/la_pastorale.htm](http://www.pyrenees-pireneus.com/la_pastorale.htm)

Courriel : info@equi-libre.fr

HAUTES-PYRENEES : Chalet FFCAM de la Grange de Holle

65120 Gavarnie

Tél : 05 62 92 48 77

Web : www.chaletlagrangedeholle.ffcam.fr

Courriel : caf-holle@ffcam.fr

VOSGES : Chalet-refuge FFCAM des Trois Fours

Route des crêtes, 68140 STOSSWIHR

Tél : 03 89 77 32 59 ou 06 84 38 42 14

Web : www.chaletrefuge3fours.ffcam.fr

Courriel : caf-troisfours@ffcam.fr